第８回

香美市健康まつり 10月5日(日)

10時～14時

保健福祉センター香北

私にできることから始めよう！

― 自分の血圧値を知ろう ―

イベント内容

駐車場

①太陽光によるポップコーン作り
②食育フェア（そばまんじゅう・むしようかん等）
③食品販売（五目寿司・パウンドケーキ・もみじバーガー・焼き菓子等）

１階

①喫茶コーナー
②フリーマーケット

２階

①血圧・体脂肪・骨密度・肺年齢測定・血管年齢測定
②健康増進計画ＰＲ・お口の健康コーナー
③食生活改善推進員活動展・食事診断・みそ汁の塩分チェック
④香美市の特産物を使った『アイデア料理』のレシピ展示と人気投票
⑤健康に関する小学生の作品展示
（１３時３０分から２階大ホールで表彰式があります）
⑥認知症予防展
⑦結核予防コーナー
⑧尿検査で健康チェックコーナー
⑨特定健診ＰＲ・こころの健康コーナー
⑩薬の相談・たばこ・禁煙相談・職業病相談コーナー
⑪地球温暖化関係展示コーナー『コツ・コツ電気削減コンテスト』
⑫防災グッズ展示、備蓄食の配布
⑬ちびっこ広場

健康ウォーク

～歩くことから始めてみませんか～

■受付＝９時３０分～
■出発＝１０時３０分
■コース＝保健福祉センター香北発着の５kmのコース
■参加要領
健康な方ならどなたでも参加できます。ただし、保育園児等の小さなお子さんは、保護者同伴でお願いします。飲み物などは各自ご用意ください。
※万が一、事故が発生した場合は、保険加入範囲内および応急処置以外の責任は負いかねます。ご了承ください。

■問い合わせ先
市民保険課　☎53−3115

CO2 CO2電気削減コンテスト

参加方法は？
６月～８月の**前年同月より使用量が減っている検針票**を１２時までにお持ちいただくと、削減率の大きい上位５人の方に、表彰状・賞品を贈呈します。

■問い合わせ先
まちづくり推進課　☎53−1061

10時20分から

祝いもちを投げます

雨天時は来場者に配ります。
※もち米をご寄附いただける方は、健康介護支援課までご連絡ください。

■問い合わせ先
健康介護支援課☎52−9282

駐車場

保健福祉センター香北東駐車場
美良布多目的広場等

問い合わせ先
健康介護支援課　☎52−9282

送迎バス

【行き】
プラザ八王子西駐車場 発（定員５０人）　９時１５分
奥物部ふれあいプラザ 発（定員８人）　９時１５分
【帰り】
プラザ八王子 行き（定員各２７人）　１２時３０分・１４時
奥物部ふれあいプラザ 行き（定員８人）１３時

健康づくり推進員を紹介します

香美市の健康づくりに関する組織として、土佐山田地区には**香美市健康づくり婦人会**が、香北・物部地区には**香美市健康づくり推進協議会**があります。協議会の**健康づくり推進員**は、健康に関する知識を身につけ、学んだことを地域の中で家族・友人・近所の方々に伝えていく健康情報の伝達者です。**【問い合わせ先】** 健康介護支援課　健康づくり班　☎52−9282

	担当地区	氏名	担当地区	氏名
香北町	永瀬	明坂　次児	北岩改	小松美惠子
	蕨野	山中　謙一	萩野	吉本　美月
	白石	大和　弘子	橋川野	武内佐代子
	根須	吉本　康子	白川上	大石　佳
	吉野	西内ふじえ	白川下	木下　恭子
	小川	本吉ます子	五百蔵	竹内　一枝
	大谷	久山　正子		平山美智子
	佐敷	岡村　明美	有川・有瀬・西峯	大城　一恵
	久保川	石川佐代子	日ノ御子	三谷　教子
	韮生野	水田　信子	谷相	美島　慎介
		竹内　清	中谷・横谷	甲田　満
		日高　敦子	朴ノ木	宗石　政子
	上町	吉井　梗一	永野	谷内安都子
	泉町・本町	恒石　惠子		谷　しのぶ
	新田	小松喜美子	大井平・大束・梅久保	山下　人美
		五百藏幸子		萩野　啓子
	本田	清水　由里	清爪	山中　善子
		石川　由美	猪野々	大和　信子
	下野尻	小松　典子		森本　智子
	太郎丸	小松　一惠		村上　文子
	南岩改	山﨑　智恵		

	担当地区	氏名	担当地区	氏名
物部町	庄谷相・拓	小松　律男	日の地	稲垣　和子
	中谷川・頓定	公文　宏明	押谷	小松　利子
	浦山	小松　智恵	小浜・根木屋	小松　勝子
	高尾・宮ノ前・堀田・大比	近藤　操	岡ノ内・別役	宗石由喜惠
	栄町・大正町・日本町	西野　桂	市宇・別府	松本　久子
	東本町・都町・本町	門脇　芳美	五王堂・大西・南池・中上	高橋　真由
	南組・日ノ出町	岡村　妙子	笹	森安　福女
	中ノ上組・池田町・仲町・中屋組	和田　香代	黒代	公文世津子
	駅前町・久保組	上池　英世	安丸	田中　浅子
	西町・下の地	坂本　禅	神池	爲近　香代
	大北組・仁井屋組	森田　成子	楮佐古	楮佐古貴代
	塩	高瀬　明子	平井	公文　静代
	東山崎・西山崎・影山崎	森本八千代	立花	岡本　伸子
	影仙頭・小川	坂本　春野		

任期：平成２６年４月１日～平成２８年３月３１日